

**PENGARUH TEKNIK *EFFLEURAGE MASSAGE*
TERHADAP NYERI PUNGGUNG PADA IBU HAMIL
TRIMESTER III DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS
CILACAP SELATAN II**

SKRIPSI



Oleh :

DIANATUL KOMALA

NIM.108121006

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS IMU KESEHATAN
UNIVERSITAS AL-IRSYAD CILACAP
2025**

**PENGARUH TEKNIK *EFFLEURAGE MASSAGE*
TERHADAP NYERI PUNGGUNG PADA IBU HAMIL
TRIMESTER III DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS
CILACAP SELATAN II**

SKRIPSI



**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana
Keperawatan (S.Kep) pada program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu
Kesehatan Universitas Al-Irsyad Cilacap**

Oleh :

DIANATUL KOMALA

NIM.108121006

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS IMU KESEHATAN
UNIVERSITAS AL-IRSYAD CILACAP
2025**

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS ATAU KEASLIAN PENELITIAN

Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyetakan dengan benar.

Nama : Dianatul Komala

NIM :108121006

Tanda Tangan :

Tanggal : 21 Juli 2025



HALAMAN PERSETUJUAN
PENGARUH TEKNIK *EFFLEURAGE MASSAGE* TERHADAP NYERI
PUNGGUNG PADA IBU HAMIL TRIMESTER II DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS CILACAP SELATAN II

SKRIPSI

Disusun Oleh :

DIANATUL KOMALA

NIM. 108 121 006

Skripsi ini Telah Disetujui

Tanggal : 15 Juli 2025

Pembimbing Utama : Evy Apriani, M.Kep., Ns.

Pembimbing Anggota : Dewi Prasetyani, M.Kep., Ns.

Mengetahui,

Ketua Program Studi S1 Keperawatan



Kasron, M.Kep., Ns

NIP.10310 09 718

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh :

Nama : Dianatul Komala

NIM : 108121006

Program studi : S1 Keperawatan

Judul Skripsi : Pengaruh Teknik Effleurage Massage Terhadap Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III Di Wilayah Kerja Puskesmas Cilacap Selatan II.

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan pada Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Al-Irsyad Cilacap

DEWAN PENGUJI

Penguji Utama : Ida Ariani, M. Kep., Ns.Sp.Kep.An . (.....)

Penguji Anggota 1 : Evy Apriani, M.Kep., Ns (.....)

Penguji Anggota II : Dewi Prasetyani, M.Kep., Ns (.....)

Ditetapkan di : Cilacap

Tanggal : 21 Juli 2025

Mengesahkan,
Dekan Fikes



Dr. Johariyah, S.ST.,M.Keb

NIP. 10310 03 470

KATA PENGANTAR

Puji Syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, yang telah melimpahkan nikmatnya, sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Teknik Effleurage Massage Terhadap Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Cilacap Selatan II”. Penulis skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Keperawatan pada Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Al-Irsyad Cilacap. Penulis menyadari bahwa hanya dukungan dan bimbingan serta arahan dari berbagai pihak mulai dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan skripsi ini. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Sarwa, AMK., S.Pd., M.Kes. selaku Rektor Universitas Al-Irsyad Cilacap
2. Dr Johariyah.,S.ST.,M.Keb. selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Al-Irsyad Cilacap.
3. Kasron, M.Kep., Ns. selaku Ketua Program Studi S1 Keperawatan Universitas Al-Irsyad Cilacap.
4. Evy Apriani, M.Kep., Ns. selaku dosen pembimbing utama yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mengarahkan penulis dalam menyusun skripsi ini.
5. Dewi Prasetyani, M.Kep., Ns. selaku dosen pembimbing anggota yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mengarahkan penulis dalam menyusun skripsi ini.

6. Kepala Dinas Kesehatan Cilacap beserta staf dan jajarannya yang telah memberikan ijin penelitian.
7. Puskesmas Cilacap Selatan II yang telah banyak membantu dalam usaha memperoleh data yang penulis perlukan.
8. Kepada Ibuk Cartimah pintu surga saya yang telah mendidik, memberi dukungan, semangat, perhatian, cinta kasih sayang, pengorbanan dan mendoakan penulis untuk bisa menyelesaikan tugas akhir skripsi ini. Gelar ini penulis persembahkan kepada orang tua hebat tanpa gelar yang bisa mendidik anaknya hingga memiliki gelar dibelakang nama.
9. Kepada Uti Satiyem dan Aung Sukahar. Terimakasih atas cinta dan kasih sayang yang selalu diberikan. Beliau sangat berperan penting dalam proses menyelesaikan Pendidikan penulis yang selalu memberikan dukungan, semangat dan do'a dalam penyusunan skripsi ini.
10. Kepada kaka tersayang Risca May Ayu Lestari dan Niki Andriyatna. Terimakasih banyak atas dukungan secara moril maupun material, terimakasih juga atas segala motivasi dan dukungannya yang diberikan kepada penulis sehingga penulis mampu menyelesaikan studi sampai sarjana.
11. Kepada keponakan-keponakan tercinta Nabila Andriyani Lestari dan Haikal Febrian Andriyatna. Terimakasih atas kelucuan-kelucuan kalian yang membuat penulis semangat dan selalu senang sehingga penulis semangat untuk mengerjakan skripsi sampai selesai.

12. Kepada kekasih penulis, terimakasih telah menjadi sosok rumah yang Selama ini penulis cari. Telah berkontribusi banyak dalam penulisan skripsi ini, meluangkan baik tenaga, waktu dan pikiran kepada penulis dan senantiasa sabar menghadapi penulis. Terimakasih telah menjadi bagian dari perjalanan penulis hingga sekarang ini.

13. Kepada gadis kecil yang selama ini diam-diam berjuang tanpa henti saya berterimakasih, seorang Perempuan sederhana dengan hati kecil tetapi penuh Impian besar. Terimakasih kepada peneliti skripsi ini yaitu Dianatul Komala anak Perempuan harapan keluarga, terimakasih telah hadir di dunia ini, telah bertahan sejauh ini, dan terus berjalan melewati segala tantangan semesta hadirkan, terimakasih karena tetap berani menjadi dirimu sendiri. Aku bangga atas setiap Langkah kecil yang kau ambil atas semua pencapaian yang mungkin tidak dirayakan orang lain, walau terkadang harapanmu tidak sesuai dengan apa yang semesta berikan, tetaplah belajar menerima dan mensyukuri apapun yang kamu dapatkan. Jangan lelah untuk tetap berusaha, berbahagialah dimanapun kamu berada, rayakan apapun dalam dirimu dan jadikan dimanapun dirimu sebagai sosok yang bermanfaat untuk dirimu sendiri maupun orang lain. *God thank for being me independent women, I know are more great ones but I'm proud of this achievement.*

14. Kepada Ramadhani Selly Noviana, Renina Akrista Pradila putri, Nurul Ekawati dan Cantika Adellia Putri yang sudah menjadi sahabat penulis sampai saat ini dan banyak berpartisipasi dalam pembuatan skripsi ini,

terimakasih atas segala motivasi, dukungan, pengalaman yang sangat berkesan serta memberikan semangat yang paling berharga sampai terselesaikan perkuliahan ini.

15. Teman-teman S1 Keperawatan Tingkat IV, terutama S1 Keperawatan 4A universitas Al-Irsyad Cilacap Angkatan 2021

16. Semua pihak yang telah membantu baik secara langsung dan tidak langsung yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu.

Akhir kata, penulis berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Cilacap, 15 Juli 2025

Penulis

HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Universitas Al-Irsyad Cilacap, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Dianatul Komala

NIM : 108121006

Program Studi : S1 Keperawatan

Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Al-Irsyad Cilacap **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul : **“Pengaruh Teknik Effleurage Massage Terhadap Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III Di Wilayah Kerja Puskesmas Cilacap Selatan II”**. Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Al-Irsyad Cilacap berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai Pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Cilacap

Pada tanggal : 21 Juli 2025

Yang Menyatakan,

(Dianatul Komala)

PENGARUH TEKNIK *EFFLEURAGE MASSAGE* TERHADAP NYERI PUNGGUNG PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS CILACAP SELATAN II

The Effect of Effleurage Massage Technique on Back Pain in Pregnant Women in the Third Trimester in the Working Area of the South Cilacap II Health Center

Dianatul Komala¹, Evy Apriani², Dewi Prasetyani³
Healt Science Faculty of Al-Irsyad Cilacap University
Jl.Cerme No.24 Sidanegara Cilacap
e-mail : dianatulkomala04@gmail.com

ABSTRAK

Nyeri punggung merupakan keluhan umum yang dialami oleh ibu hamil, terutama pada trimester III akibat perubahan fisiologis seperti pembesaran uterus dan perubahan postur tubuh. Penanganan nyeri secara non-farmakologis seperti teknik *effleurage massage* menjadi pilihan karena minim efek samping. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh teknik *effleurage massage* terhadap nyeri punggung pada ibu hamil trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Cilacap Selatan II. Desain penelitian yang digunakan adalah quasi-eksperimen dengan pendekatan one grup pre-test dan post-test. Sampel terdiri dari 34 ibu hamil dengan total sampling. Analisa data menggunakan uji *Wilcoxon*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ibu hamil trimester III sebelum diberikan teknik *effleurage massage* di Wilayah Kerja Puskesmas Cilacap Selatan II diketahui rata-rata nyeri punggung adalah 3,29 atau pada skala nyeri ringan dengan tingkat nyeri terendah 2 dan tertinggi 5, kemudian sesudah diberikan teknik *effleurage massage* diketahui bahwa rata-rata nyeri punggung adalah 1.74 dengan skala nyeri ringan dengan tingkat nyeri terendah 1 dan tertinggi 3. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara teknik *effleurage massage* terhadap nyeri punggung pada ibu hamil trimester III ($p=0,00 < 0,05$).

Kata kunci : Pengaruh, Teknik *effleurage massage*, Tingkat Nyeri Punggung

ABSTRACT

Back pain is a common complaint experienced by pregnant women, especially in the third trimester due to physiological changes such as uterine enlargement and changes in posture. Non-pharmacological pain management such as the effleurage massage technique is an option because of the minimal side effects. This study aims to determine the effect of effleurage massage technique on back pain in pregnant women in the third trimester in the Working Area of the South Cilacap II Health Center. The research design used was quasi-experimental with a pre-test and post-test one group approach. The sample consisted of 34 pregnant women with a total of sampling. Data analysis using the Wilcoxon test. The results of the study showed that pregnant women in the third trimester before being given the effleurage massage technique in the South Cilacap II Health Center Working Area were known to have an average back pain of 3.29 or on a mild pain scale with the lowest pain level of 2 and the highest 5, then after being given the effleurage massage technique It is known that the average back pain is 1.74 with a mild pain scale with the lowest pain level 1 and highest 3. The results of the study showed that there was a significant influence between the effleurage massage technique on back pain in pregnant women in the third trimester ($p = 0.00 < 0.05$).

Keywords: Effect, Effleurage massage technique, Back Pain Level

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
KATA PENGANTAR.....	v
HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	xiv
ABSTRAK	xv
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR BAGAN	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian.....	5
E. Keaslian Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA DAN KERANGKA TEORI.....	9
A. Tinjauan Pustaka.....	9
B. Kerangka Teori	36
BAB III METODE PENELITIAN.....	37
A. Kerangka Konsep	37
B. Hipotesis Penelitian	38
C. Variabel Penelitian.....	38
D. Definisi operasional, Variabel Penelitian, Skala Pengukuran.....	39
E. Desain Penelitian	40
F. Populasi dan Sampel.....	41
G. Tempat dan Waktu Penelitian	42

H. Etika Penelitian.....	42
I. Prosedur Pengumpulan Data	44
J. Analisa Data	47
BAB IV HASIL PENELITIAN	50
A. Karakteristik Responden.....	50
B. Analisa Univariat.....	51
C. Analisa Bivariat	52
BAB V PEMBAHASAN	55
A. Interpretasi dan Diskusi Hasil	55
B. Keterbatasan Penelitian	65
C. Implikasi Keperawatan.....	65
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN	67
A. Kesimpulan.....	67
B. Saran.....	67
DAFTAR PUSTAKA.....	69
LAMPIRAN.....	72

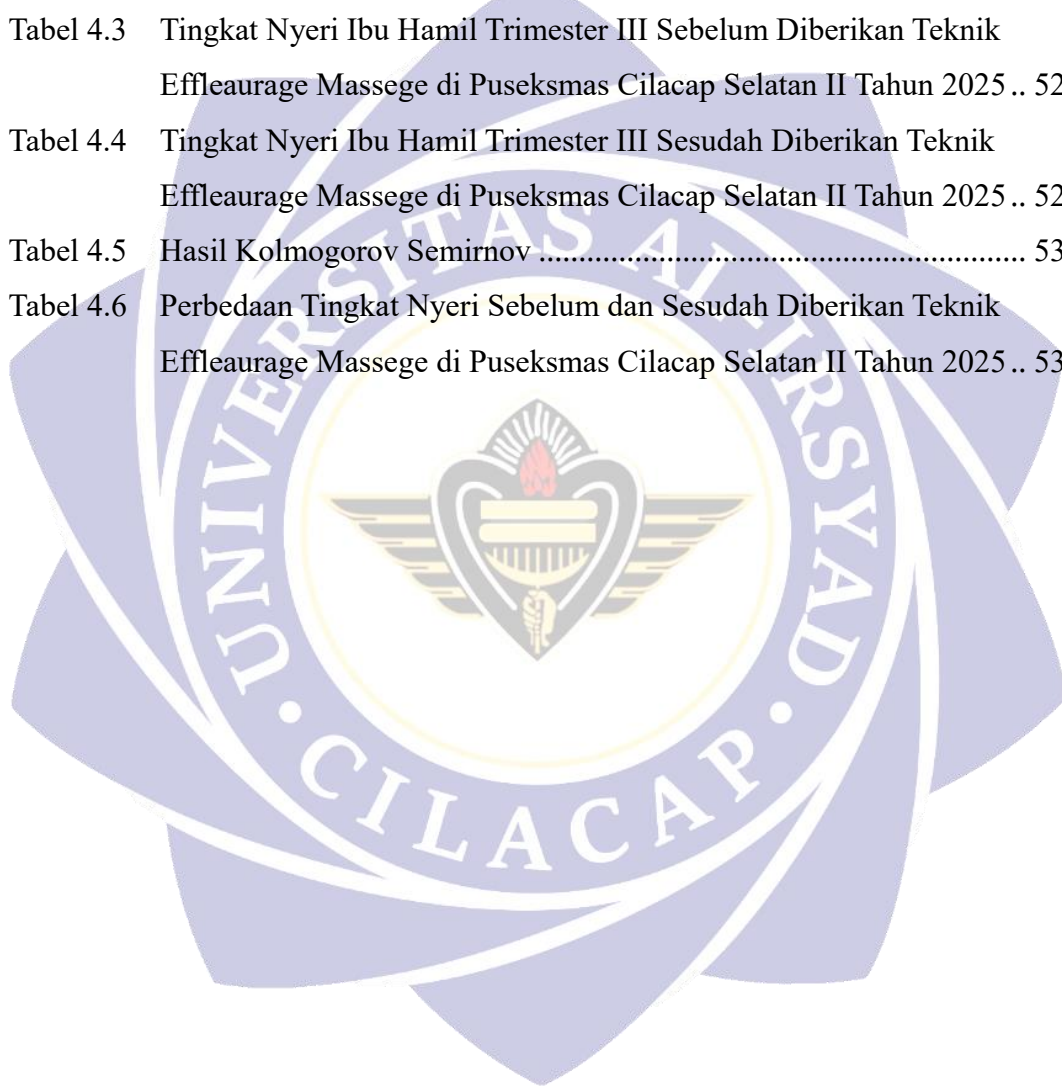
DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1 Kerangka Teori.....	36
Bagan 3. 1 Kerangka Konsep	37
Bagan 3. 2 Desain penelitian	40



DAFTAR TABEL

Table 1.1	Keaslian Penelitian.....	6
Tabel 3.1	Definisi Operasional, Variabel Penelitian, Skala Pengukuran	39
Tabel 4.1	Usia Responden Ibu Hamil Trimester III	50
Tabel 4.2	Pendidikan dan Pekerjaan Ibu Hamil Trimester III.....	51
Tabel 4.3	Tingkat Nyeri Ibu Hamil Trimester III Sebelum Diberikan Teknik Effleurage Massege di Pusekmas Cilacap Selatan II Tahun 2025 ..	52
Tabel 4.4	Tingkat Nyeri Ibu Hamil Trimester III Sesudah Diberikan Teknik Effleurage Massege di Pusekmas Cilacap Selatan II Tahun 2025 ..	52
Tabel 4.5	Hasil Kolmogorov Semirnov	53
Tabel 4.6	Perbedaan Tingkat Nyeri Sebelum dan Sesudah Diberikan Teknik Effleurage Massege di Pusekmas Cilacap Selatan II Tahun 2025 ..	53



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Permohonan Pra Peneliti Dinkes.....	75
Lampiran 2	Surat Balasan Pra Penelitian.....	76
Lampiran 3	Lembar SOP	81
Lampiran 4	Lembar konsultasi	90

